



Les thérapies cognitivo-comportementales comme symptôme social

Olivier Rey

► To cite this version:

Olivier Rey. Les thérapies cognitivo-comportementales comme symptôme social. La Célibataire - revue Lacanienne de Paris, 2011, 22, pp.59-67. halshs-00943635

HAL Id: halshs-00943635

<https://shs.hal.science/halshs-00943635>

Submitted on 8 Feb 2014

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Les thérapies cognitivo-comportementales comme symptôme social

Olivier REY

Nous souhaitons proposer ici, à titre d'esquisse, une approche « durkheimienne » du cognitivo-comportementalisme et des thérapies que ce cognitivo-comportementalisme inspire. Qu'entendons-nous par approche durkheimienne ? Il est utile, pour éclairer ce point, de se reporter en premier lieu à Kant. Les théories sensualistes qui s'étaient développées à partir du XVII^e siècle, et épanouies au XVIII^e, voulaient que, selon la sentence de Locke, rien ne fût dans l'intellect qui n'eût d'abord été dans les sens : les catégories de l'entendement étaient censées émerger peu à peu de ce qui était au départ pure réceptivité. Leibniz a raillé de telles conceptions — reconnaissant que certes, rien n'était dans l'intellect qui n'eût d'abord été dans les sens... sinon l'intellect lui-même ! Kant a précisé cette pensée en opposant clairement le transcendantal à l'empirique — le transcendantal non pas, comme le transcendant, ce qui est *au-delà* de l'expérience sensible, mais ce qui est *en deçà*, cadre *a priori* dans lequel s'inscrit l'expérience sensible et la constitue en tant qu'expérience.

À la classification par Kant des catégories *a priori* de l'entendement, on a reproché d'être trop figée. Sans parler d'une évolution au gré de la maturation de l'individu, le cadre transcendantal est susceptible de connaître certaines variations avec le temps historique. Comment comprendre ces variations ? Les sciences cognitives et neurosciences actuelles, dans leur grande entreprise de « naturalisation de l'esprit », entendent volontiers rendre compte du transcendantal à partir d'architectures fonctionnelles et neuronales — en oubliant, généralement, que l'appréhension de ces architectures implique toujours-déjà les catégories qu'elles sont censées fonder ; ce qui fait que selon nous, il n'y a dans le meilleur des cas pas tant explication qu'essai de mise en cohérence des structures de l'entendement avec les structures matérielles qui permettent l'entendement. Quoi qu'il en soit, l'historicité du psychisme ne saurait se comprendre autrement qu'en se plaçant à l'échelle où se déroule l'histoire, c'est-à-dire au niveau des sociétés. Selon Durkheim (contemporain presque exact de Freud, son aîné de deux ans), les catégories *a priori* de l'entendement dont parle Kant dépendent, jusqu'à un certain point, de l'organisation sociale à l'intérieur de laquelle le sujet se constitue. Citons ce passage, extrait d'un article écrit en commun avec Mauss :

Les premières catégories logiques ont été des catégories sociales. [...] C'est parce que les hommes étaient groupés et se pensaient sous forme de groupes qu'ils ont groupé idéalement les autres êtres, et les deux modes de groupement ont commencé par se confondre au point d'être indistincts¹.

Cette idée, reprise et développée, constitue le véritable soubassement du très important ouvrage ultérieur intitulé *Les Formes élémentaires de la vie religieuse*. Face aux innombrables critiques, plus ou moins fondées, qu'une telle thèse a essuyées, il est sans doute bon de se rappeler cette remarque de Leibniz : les théories sont généralement vraies en ce qu'elles affirment, fausses en ce qu'elles nient. L'assertion de Durkheim deviendrait fausse à la moindre tentation de céder au *nothing-else-butism*, au « rien d'autre qu'isme » qui ferait dire que les catégories de l'entendement ne sont *rien d'autre qu'une* transposition des catégories sociales. En revanche, elle nous paraît capter un fragment de la vérité lorsqu'elle signale une influence des secondes sur les premières — car c'est cette influence qui permet de concevoir une évolution du transcendantal à l'échelle historique.

Si la structure sociale influe sur les structures de pensée, cette structure sociale doit, en particulier, influencer la façon dont le sujet s'appréhende lui-même. Rien de plus aisé que d'illustrer le fait par des exemples. Prenons la division tripartite de l'âme selon Platon, telle qu'elle est exposée dans le *Phèdre* ou *La République* — c'est-à-dire le *noûs* (une âme intellectuelle, située dans la tête), le *thumos* (une âme émotionnelle, située dans la poitrine) et l'*epithumia* (une âme appétitive, qui a son siège dans le ventre). Platon entend tenir compte de ces trois âmes, et de leur poids respectif au sein des différents individus, afin d'organiser sa cité. En même temps, comment ne pas déceler dans cette conception tripartite de l'âme un reflet de la grande tripartition sociale indo-européenne, distinguant fonction sacerdotale, fonction guerrière et fonction de production ? Platon voulait que l'on considérât la cité comme l'« homme agrandi » ; mais son homme était, dans une certaine mesure, une cité rétrécie.

À l'époque médiévale, l'analogie n'était pas une forme de pensée parmi d'autres, mais le mode fondamental d'appréhension du monde et de soi. Au macrocosme répondait le microcosme. La justification de l'organisation sociale hiérarchique était double : d'une part, elle était la projection dans le monde humain de la relation entre Dieu et ses créatures, de l'autre elle était la projection à l'échelle sociale de l'organisation interne des êtres, où la tête commande aux membres et la pensée à la matière. Mais une analogie est réversible. Ainsi est-il permis de penser que la structure sociale n'a pas joué un rôle négligeable dans la constitution du sujet moderne, dont l'individualité s'est affirmée de façon corrélative à

¹ Émile Durkheim et Marcel Mauss, « *De quelques formes primitives de classification, contribution à l'étude des représentations collectives* », in *L'Année sociologique*, 1903 ; repris dans Marcel Mauss, *Essais de sociologie*, Minuit, 1968, p. 225.

l'affirmation progressive du pouvoir royal sur les sujets. On tient là, au passage, l'un des mécanismes qui ont déstabilisé les sociétés d'Ancien Régime, jusqu'à leur chute : plus le pouvoir royal se renforçait et se centralisait, plus, par analogie, les sujets se constituaient en individus souverains² ; et plus les sujets s'éprouvaient comme individus souverains, plus le pouvoir royal se mettait à leur peser. L'aporie de la monarchie centralisatrice était que, de son propre mouvement, elle engendrait des sujets de moins en moins disposés à souffrir son autorité. L'analogie entre la structure sociale et la structure individuelle n'était plus un facteur de stabilité mais, au contraire, une source croissante de tension.



Gravure d'Abraham Bosse servant de frontispice au *Leviathan* de Thomas Hobbes (1651). Le roi, qui brandit la crosse de l'autorité spirituelle et le glaive du pouvoir temporel, a un corps composé de la multitude de ses sujets.

² Un proverbe tel que « charbonnier est maître chez soi » n'est pas attesté avant le XVI^e siècle. De plus, il est significatif que l'histoire qu'on en donne pour fondement mette en scène un charbonnier et un roi (en l'occurrence François I^{er}).

Aux régimes monarchiques ont succédé en Occident des régimes démocratiques. Des régimes démocratiques aussi différents, faut-il le préciser, de ce qu'on a appelé démocratie dans l'Antiquité, que la liberté des modernes diffère de celle des anciens. Ainsi que l'a souligné Benjamin Constant, la liberté des anciens consistait essentiellement à prendre part aux affaires publiques, quand la liberté des modernes consiste avant tout à ce que les affaires publiques soient gérées de telle sorte que chaque individu puisse vaquer tranquillement à ses affaires personnelles. De ce point de vue, le ressortissant d'une démocratie moderne est moins un citoyen à l'antique qu'un roi en miniature.

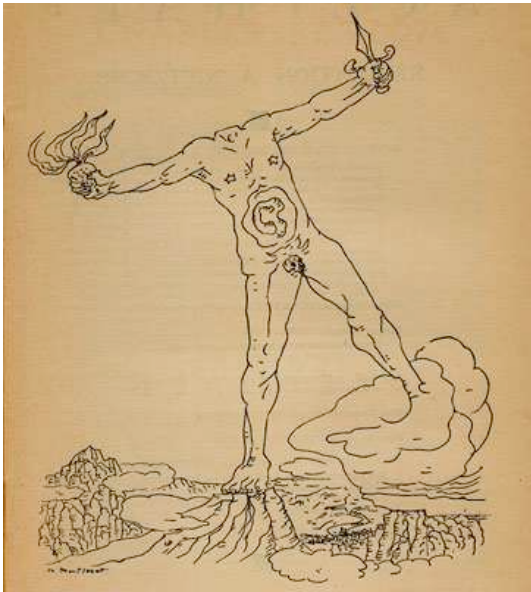
Une des caractéristiques singulières de la situation contemporaine, en regard des organisations sociales du passé, tient à ceci : *l'absence de correspondance entre l'organisation sociale en vigueur et la structuration du sujet.*

Selon l'idéal libéral, les lois ne doivent pas tant être décrétées que constatées, elles doivent moins prétendre diriger *a priori* les comportements particuliers qu'émerger *a posteriori* de l'amalgame de tous les comportements particuliers ; elles ne doivent pas prétendre donner forme à la société mais être ce que la société forme d'elle-même en fonctionnant. Dans ce mouvement s'inscrit la substitution de la *gouvernance* au gouvernement. De telles vues peuvent être contestées, elles n'en expriment pas moins des réalités très prégnantes. D'autant plus prégnantes qu'au cours des deux derniers siècles, on a très souvent vu les adversaires des libéraux se réclamer de la science pour justifier leurs positions, jusqu'à espérer résorber en elle la politique : là aussi on voulait qu'au terme de l'histoire les lois s'imposent, pour ainsi dire, d'elles-mêmes.

Le gain de l'individu dans la situation actuelle, en regard de l'époque antérieure, tient à ce qu'il se trouve beaucoup moins soumis qu'auparavant à l'autorité. Ceux qui le nient, en dressant la liste des innombrables contraintes qui pèsent sur eux, ne font que confondre l'autorité avec la nécessité — qui elle, effectivement, peut se révéler extrêmement forte. Si en effet l'individu est libéré, jusqu'à un certain point, de l'autorité, tous les individus le sont de même, et les comportements de tous ces individus, en s'amalgamant, composent un cadre extrêmement rigide pour chaque individu en particulier. Ainsi les « lois du marché », pour ne parler que d'elles, ne sont-elles décrétées pas personne, mais s'imposent à chacun avec une rigueur comparable aux lois de la gravitation. Dans le même temps, parce que cette nécessité pesant sur l'individu est anonyme, l'individu ne saurait trouver dans le domaine social un répondant au pouvoir qu'il entend lui-même exercer dans sa vie personnelle et pour les affaires qui le concernent : à l'affirmation de l'individu qui entend être maître de son destin répond, ou plutôt ne répond pas, une société acéphale. Or, c'est seulement à travers une correspondance entre le niveau individuel et le niveau social qu'une existence humaine trouve véritablement un sens.

Les moyens les plus simples de satisfaire un tel besoin de correspondance, entre structure individuelle et structure sociale, consistent à rechercher l'alignement d'un des termes sur l'autre. D'un côté, l'individu entend désormais exister indépendamment des institutions qui auparavant le précédaient. Mais l'instant après, il éprouve le besoin de trouver dans l'organisation sociale les éléments propres à refléter l'empire qu'il entend exercer sur lui-même. Au cours de la Révolution, Sieyès se demandait comment assurer l'*adunation* au sein de la nation. Ce terme – du latin *aduno* qui signifie unir, assembler de manière à faire un –, n'avait servi durant les siècles précédents qu'à évoquer la réunion des apôtres autour du Christ, ou la réunion de duchés ou de principautés au sein de la couronne. Comment réaliser cette opération dans le nouveau contexte, où les figures divine et royale sont disqualifiées ? L'impératif n'est pas seulement matériel et social : il est aussi psychique et individuel, dans la mesure où l'être humain se mire dans la société à laquelle il appartient, et où l'individu nouvellement émancipé a besoin pour s'épanouir et perdurer que quelque chose à l'échelle sociale lui renvoie son image. Lorsque l'unification n'est plus assurée par un principe transcendant, la tentation est de chercher l'unité sociale dans l'unanimité – quitte à l'obtenir au détriment d'ennemis, extérieurs ou intérieurs. Se proposent des figures unifiantes de remplacement : l'État, la Nation, le Peuple, le Parti, l'homme providentiel – tout ce qui vient, d'une manière ou d'une autre, contenir ou supprimer le pluralisme. N'oublions pas les solutions de compromis, qui consistent à maintenir en place d'anciennes structures, mais sous des formes très affaiblies, parce que placées explicitement sous le contrôle des individus qu'elles rassemblent (monarchies constitutionnelles, régimes présidentiels), où parce que les individus sont libres d'y adhérer ou non (affiliations électives de toutes sortes).

L'autre moyen par lequel chercher à réduire le défaut de correspondance entre la réalité sociale et la structuration du sujet est d'importer au sein du sujet le pluralisme du social. À ce titre, on peut songer à la psychanalyse – et à la blessure narcissique qu'elle inflige à l'être constitué à qui elle révèle les complexités de son psychisme et l'étendue des déterminations inconscientes. (Remarquons, au passage, que c'est au sujet moderne, qui se croyait maître chez lui, que cette blessure est infligée, non à ses prédécesseurs qui reconnaissaient plus volontiers, en eux, l'emprise d'instances extérieures échappant à leur volonté.) Cependant, à travers ce qu'elle dévoile des processus inconscients, la psychanalyse ne vise pas tant à faire la critique du sujet en lui-même, qu'à lui permettre de véritablement répondre à l'idéal d'autonomie posé par la modernité. D'autres entreprises, en revanche, entendent déconstruire la subjectivité individuelle en tant que telle. Tel a été le mot d'ordre, implicite ou explicite, d'un certains nombres de mouvements artistiques depuis un siècle, comme de pensées philosophiques diverses – depuis les âmes multiples de Nietzsche jusqu'aux *Mille plateaux* de Deleuze et Guattari, où l'individu est appelé à se défaire au profit de devenirs innombrables toujours en deçà ou au-delà de lui-même.



Dessin d'André Masson pour la revue *Acéphale* de Georges Bataille, à la fin des années 1930. Bataille écrit : « La vie humaine est excédée de servir de tête et de raison à l'univers. [...] L'homme a échappé à sa tête comme le condamné à sa prison. » Le rapprochement établi par Georges Sebbag entre le dessin de Masson et le frontispice du *Léviathan* est particulièrement éclairant. Qu'est-ce que l'homme acéphale que Bataille prend pour modèle, sinon le roi géant de Hobbes, après décapitation par ses sujets ? Autrement dit l'acéphale, donné comme rebelle radical, est éminemment une figure sociale.

Les sciences cognitives sont bien différentes d'allure et de tempérament. Néanmoins, elles s'inscrivent à leur manière dans cette ligne. Francisco Varela, biologiste, philosophe, spécialiste de neurosciences et de sciences cognitives, disait que « notre culture est minée par le fait que nous sommes condamnés à croire en quelque chose dont nous savons que cela ne peut être vrai ». Quel est ce quelque chose, en quoi nous devrions croire, et dont nous saurions cependant, désormais, l'inanité ? La volonté, le libre arbitre, le moi... Ce qui était pour Descartes (souvent invoqué lorsqu'il s'agit du sujet moderne), des évidences premières, est ici considéré comme illusion, écume illusoire flottant à la surface des processus neuro-cognitifs. Qu'est-ce donc qui a fondamentalement changé, entre le XVII^e siècle et aujourd'hui, qui pourrait nous faire comprendre ce renversement complet de statut ? On pense, bien entendu, aux développements de la science. Cependant, ce n'est pas seulement la manière d'appréhender la réalité qui a changé, mais la réalité elle-même. Günther Anders nous l'indique par un exemple très simple.

Dans la deuxième de ses *Méditations*, Descartes remarquait qu'il était impossible de « concevoir la moitié d'aucune âme ». Aujourd'hui, une âme coupée en deux est un phénomène quotidien. C'est même le trait le plus caractéristique de l'homme contemporain, tout au moins dans ses loisirs, que son penchant à se livrer à *deux ou plusieurs occupations disparates en même temps*. L'homme qui prend un bain de soleil, par exemple, fait bronzer son dos pendant que ses yeux parcourent un magazine, que ses oreilles suivent un match et que ses mâchoires mastiquent un chewing-gum. Cette figure d'homme orchestre passif et de paresseux hyperactif est un phénomène quotidien et international. Le fait qu'elle aille de soi et qu'on l'accepte comme normale ne la rend pourtant pas inintéressante. Elle mérite au contraire quelques éclaircissements. Si l'on demandait à cet homme qui prend un bain de soleil en quoi consiste « proprement » son occupation, il serait bien en peine de répondre. Car cette question sur quelque chose qui lui serait « propre » repose déjà sur un présupposé erroné, à savoir qu'il serait encore le sujet de cette

occupation et de cette détente. Si l'on peut encore ici parler de « sujet », au singulier ou au pluriel, c'est seulement à propos de ses organes : ses yeux qui s'attardent sur leurs images, ses oreilles qui écoutent leur match, sa mâchoire qui mastique son chewing-gum ; bref son identité est tellement déstructurée que si l'on partait à la recherche de « lui-même », on partirait à la recherche d'un objet qui n'existe pas. *Il n'est pas seulement dispersé (comme précédemment) en une multiplicité d'endroits du monde, mais en une pluralité de fonctions séparées*³.

À l'origine de ce phénomène justement observé, Anders trouve l'angoisse de l'indépendance et de la liberté, quand le loisir succède à l'aliénation du travail moderne au sein duquel la machine n'est pas là pour assister l'homme, mais fournit le modèle même du travail, à quelque niveau que ce soit – d'où l'évanouissement du sujet dans une pluralité de fonctions. Qu'à cette explication, il nous soit permis d'en ajouter une autre : l'influence sur l'économie psychique de la façon dont la société dans son ensemble est organisée, conçue et perçue. Qu'un être humain ne soit rien d'autre, en fin de compte, qu'un assemblage modulaire, l'ensemble des fonctions biologiques et cognitives à l'œuvre dans le fonctionnement d'un corps en lien avec son environnement (au point qu'on se demande si le mot « être », ici, est bien à sa place), voilà qui correspond à son utilisation comme ressource dans l'organisation contemporaine du travail ; voilà, en même temps, qui n'est pas sans rappeler une conception de la société comme ensemble des processus sociaux engendrés par les comportements des individus qui la composent (et, parallèlement, l'assimilation corrélatrice de l'idée régulatrice de culture à la notion positive de mœurs, de pratiques). D'un côté, la façon dont le cognitivo-comportementalisme appréhende un sujet indépendamment de ses insertions historiques, familiales, culturelles est en consonance avec l'individualisme contemporain ; mais de l'autre, ce sujet se trouve défait et pulvérisé en une multitude de fonctions et de « compétences ». Ce en quoi il est permis de voir une sorte de revanche du social sur l'individu oublieux de ses conditions de possibilité : parce qu'il en vient à croire qu'il précède le social, l'individu produit un social atomisé qui l'atomise en retour.

Écoutons les propos tenus par le neurobiologiste Jean-Pierre Changeux : « L'identité entre états mentaux et états physiologiques ou physico-chimiques du cerveau s'impose en toute légitimité. » Notons bien qu'il ne s'agit pas ici d'établir un *rapport*, de quelque ordre qu'il soit, entre états mentaux et états physico-chimiques du cerveau, mais une *identité*. Et le versant physico-chimique étant le seul objectivable, c'est lui qui seul importe – point souligné dans ce qui suit : « Pour le neurobiologiste que je suis, il est naturel de considérer que toute activité mentale, quelle qu'elle soit – réflexion ou décision, émotion ou sentiment, conscience de soi... –, est déterminée par l'ensemble des influx nerveux circulant dans des ensembles définis de cellules nerveuses en réponse ou non à des signaux extérieurs. J'irai même plus loin

³ *L'Obsolescence de l'homme*, trad. Christophe David, Encyclopédie des Nuisances & Ivrea, 2002, p. 160.

en disant qu'elle n'est que cela⁴. » Cette thèse, parce qu'elle invoque influx nerveux, réponses cellulaires, signaux, passe pour scientifique. En vérité ce qu'elle affirme n'a rien de scientifique (mettre à l'épreuve l'*identité* entre une émotion et des influx nerveux est en effet impossible, et n'a au demeurant aucun sens). En revanche, il n'est pas besoin d'une grande perspicacité pour établir un parallèle entre l'assertion précédente et un discours de la forme : « Il est naturel de considérer que toute loi, quelle qu'elle soit – dans le domaine social, économique, judiciaire –, est déterminée par l'ensemble des comportements des individus agissant dans leur environnement respectif en réponse ou non à des signaux extérieurs. J'irai même plus loin en disant qu'elle n'est que cela. » Le décalque est parfait.

Voici donc ce que nous avons essayé de suggérer : si les approches neuro-cognitivo-comportementalistes trouvent actuellement tant d'échos, alors que leurs prétentions à prendre en charge l'humain sont pour une part prématurées (les sciences nouvelles ont besoin de temps pour asseoir leurs théories), pour une autre part tout à fait usurpées (parce que ces approches ignorent par principe le sujet en tant que tel), c'est, au moins pour partie, parce qu'elles entrent en consonance avec un certain état de la société ; disons, plus exactement, avec une absence d'arrimage du sujet dans une structuration sociale. De ce point de vue, le reproche qui peut leur être adressé – passer à côté du sujet –, devient, précisément, la source de leur succès.

Un argument peut facilement nous être opposé : si l'état de la société est aussi déterminant pour les formes de pensée, et en particulier pour la façon dont le sujet se pense lui-même, que nous avons semblé le supposer, alors aucun discours ne peut échapper à ce déterminisme et le nôtre pas plus qu'un autre. À cela, nous répondrons qu'il n'est pas question de déterminisme, mais de tropisme – dont la mise en perspective du présent avec les époques passées permet d'atténuer quelque peu la puissance. Par ailleurs, quel que soit l'état de la société, il demeure loisible, jusqu'à un certain point, de continuer de réclamer d'un discours un minimum de cohérence. Or, c'est précisément de cohérence que manquent les discours pan-objectivants du neuro-cognitivism et du cognitivo-comportementalisme, qui mettent de côté le sujet sans mesurer que l'objectivité est toujours l'objectivité d'une subjectivité, et que toutes les catégories dont usent les discours objectivants pour se déployer supposent le sujet qu'ils conçoivent comme pure émergence des processus qu'ils étudient. Il est bon de se reporter au schéma cartésien, généralement si ignoré quand on parle de Descartes : à l'épreuve du doute radical ne résiste que l'ego pensant. Mais sitôt après, l'ego découvre en lui des

⁴ *L'Homme neuronal*, Fayard, 1983, p. 364, et *Entretiens avec « Le Monde »*, La Découverte - Le Monde, vol. 5, 1985, p. 68. Certains estimeront que citer Jean-Pierre Changeux est une facilité tant ses prises de position sont caricaturales. Mais dans ses propos Changeux nous semble moins se distinguer de ses collègues par l'exagération que par une certaine franchise.

pensées qui le transcendent si absolument qu'elles ne sauraient trouver en lui leur origine. Ainsi la pensée de Dieu, cause de lui-même, à partir duquel se déploie le monde de la causalité où causes et effets s'enchaînent. L'ego pensant est lui-même inclus dans ce monde, il existe en tant que causé. Mais pour autant, l'*ego* ne se trouve pas entièrement résorbé dans la causalité – ou plutôt, pas *seulement* résorbé : le sujet cartésien est sujet en un double sens ; en tant qu'*assujetti* à la causalité, mais aussi, en même temps, en tant qu'instance *sous-jacente* à partir de laquelle la causalité se découvre et prend sens. Il n'y a pas plus moyen d'échapper à cette hiérarchie enchevêtrée que de transformer sans coupure un cercle en droite.

Le cercle, il faut l'habiter. À sa manière, c'est ce que la psychanalyse s'efforce de faire. Ce faisant elle contredit aussi bien la pensée d'un sujet totalitaire, qui voudrait imposer ses désirs au monde et ne rien savoir de ce qui le détermine de l'intérieur, que la pensée fonctionnelle, qui ne raisonne qu'en termes d'adaptation d'une machine cognitive à son environnement. Ce qui la place, à l'heure actuelle, en situation précaire. Mais plus généralement, c'est toute pensée digne de ce nom qui se trouve en situation précaire, quand la circularité générale, fondamentalement problématique, ne trouve pas à se refléter dans une certaine correspondance formelle entre le sujet et la société dont il est membre.